

# 7.今から備えよう！

～ 備えがあれば、地震にも立ち向かえる～

## 南海トラフ地震に

# 備えちよき ♪

そな



トラフ博士



じしんまん



ゆうどうくん



たいさくん



ヘルパちゃん



つなみまん

**南海トラフ地震を防ぐことはできませんが、  
事前に備えておくことで、  
被害を最小限におさえ、避難生活の  
助けになることがあるんじゃないじゃ！**



備えあれば  
憂いなしだぞー！



阪神・淡路大震災では



# 家屋の倒壊

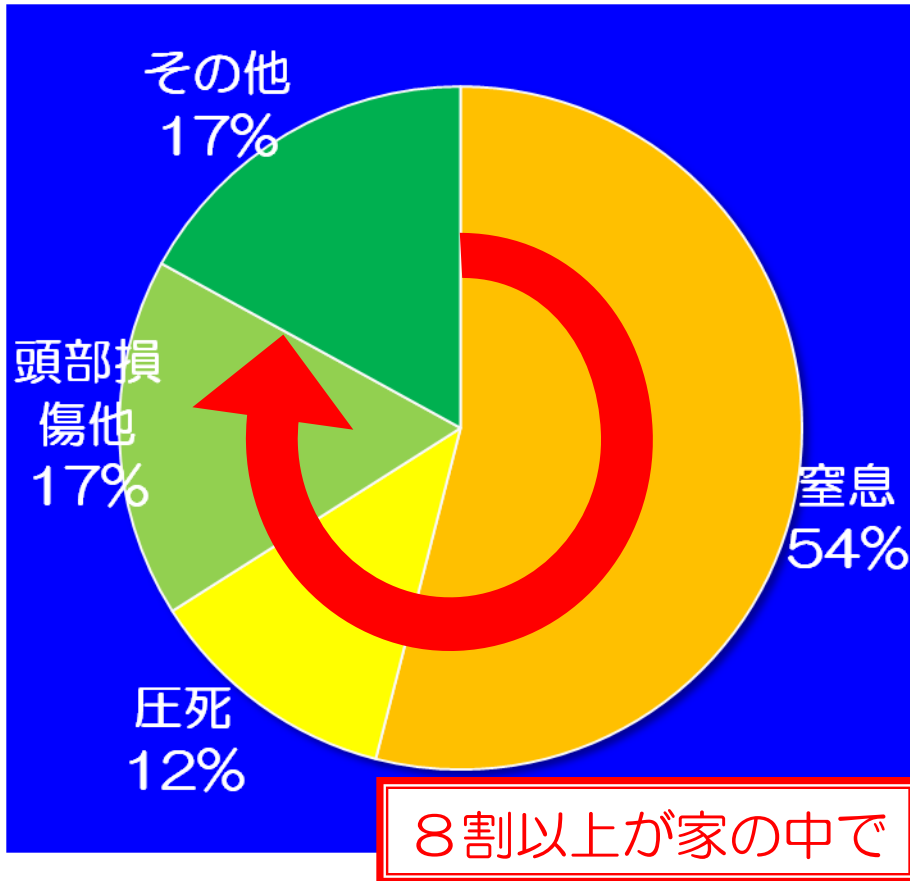


# 家具の転倒落下

阪神・淡路大震災では  
死亡やケガの  
原因の約80%が  
家具の転倒落下や  
家の倒壊！

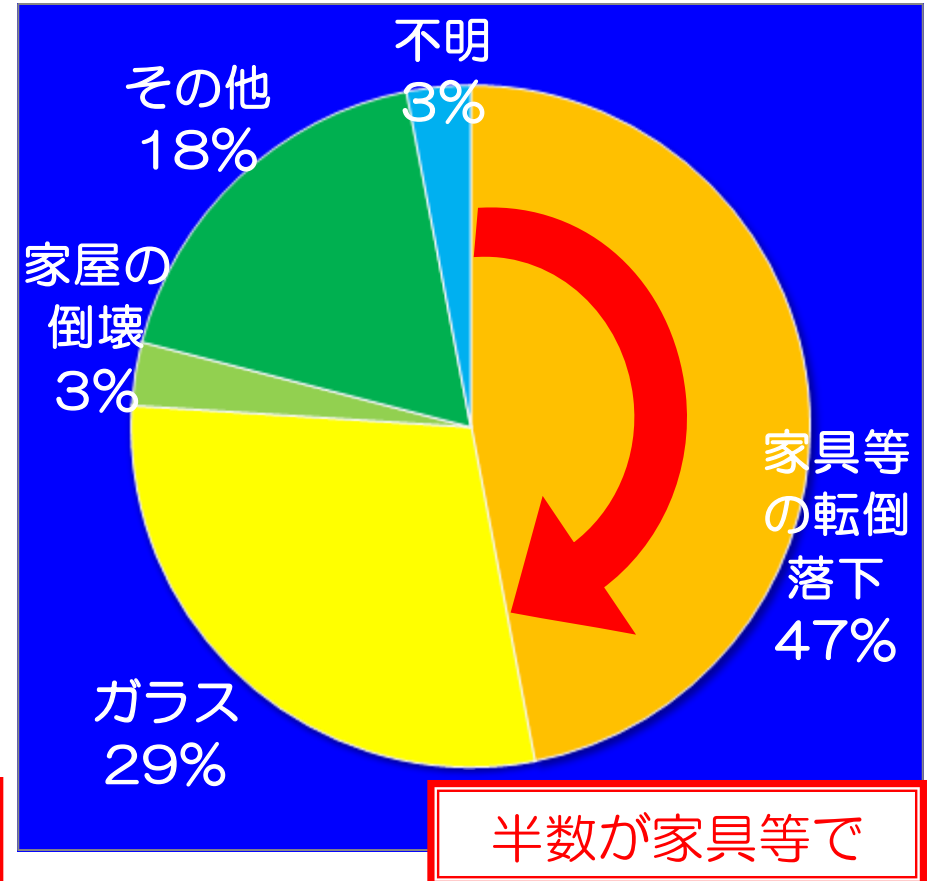
# 阪神・淡路大震災時の被災者の状況

## 死因別死者数



【出典】「阪神・淡路大震災震災地“神戸”の記録 1.17神戸の教訓を伝える会」

## 内部被害によるケガの原因



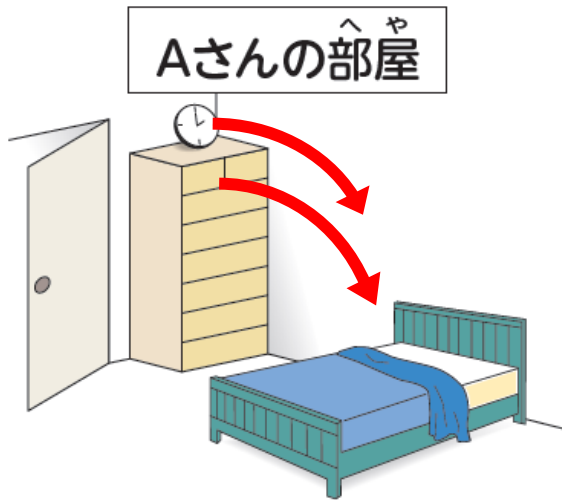
【出典】「日本建築学会阪神・淡路大震災住宅内部被害調査報告書」



**自分の家は  
大丈夫かな？**

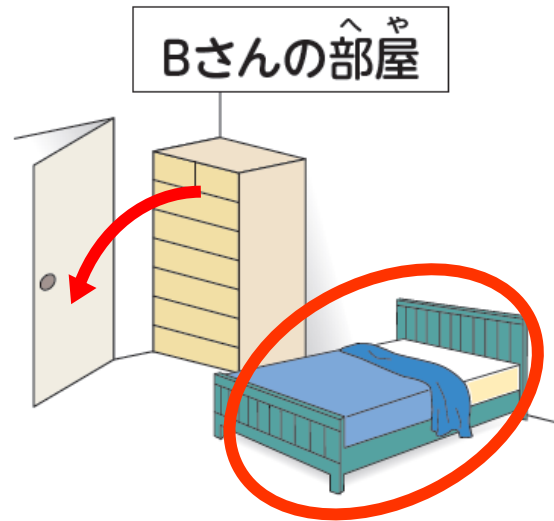


# 地震が発生した時、それぞれの部屋ではどんな危険があるだろう？



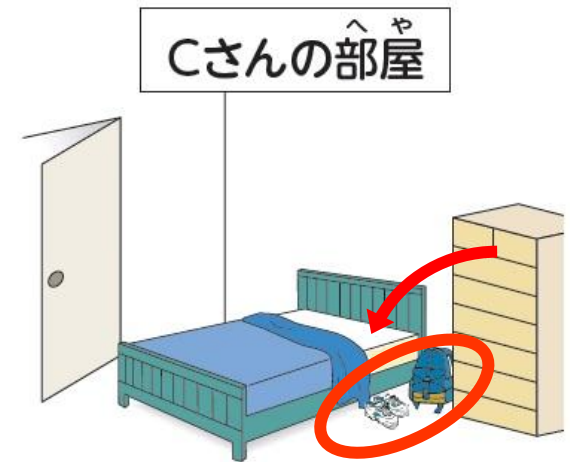
× タンスの上の時計が落ちてくる。

× タンスが倒れてくる。



× 倒れたタンスがドアをふさぎ避難できなくなる。

○ タンスをベッドと平行に置いているので、ベッドの上に倒れてこない。

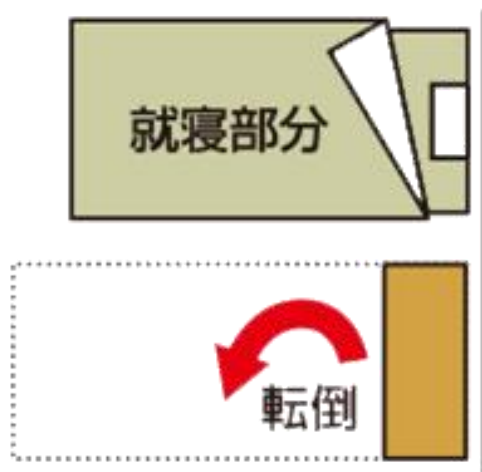


○ ドアから離れたところにタンスがあるので、倒れても避難できる。

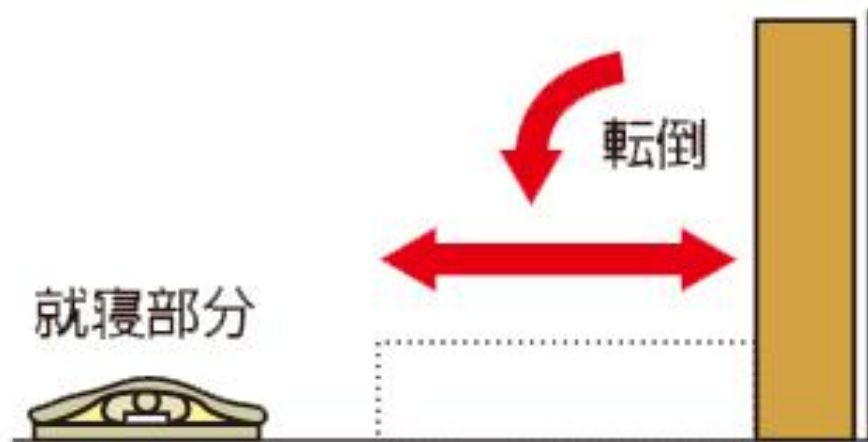
○ 枕元に非常持ち出し袋と運動靴が備えられているので、すぐに避難することができる。



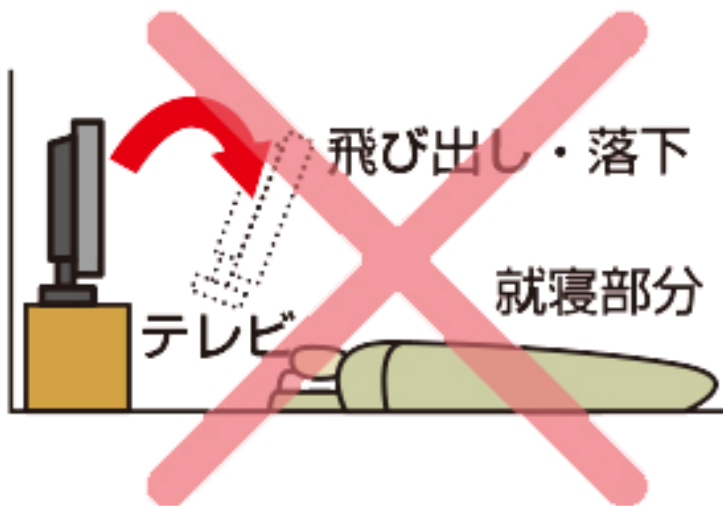
# 人生の約1/3は寝室で過ごす！



※ 就寝位置は家具の側方がよい



※ 就寝位置が正面の場合は家具の高さ以上に十分な距離をとる



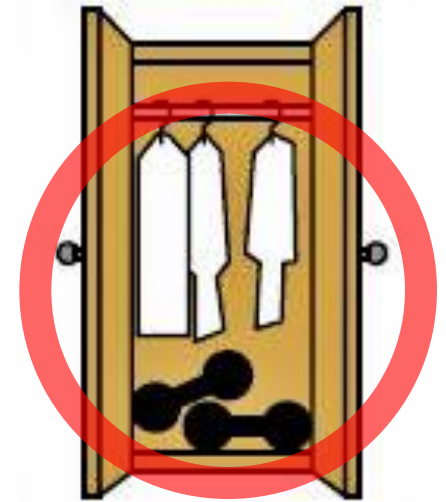
**家具の配置の見直しや、  
家具や家電の固定をしよう**

# すぐできる対策

普段使っている場所の周辺には  
背の高い家具を置かない



家具の上に物を置かない



下に重い物や危険な物、  
上に軽い物を収納する

# 家具をしっかりと固定しよう！

L型金具

平型金具

とめ金具

家具固定

丈夫なところ（柱・鴨居・  
壁・棧・芯材・硬い木）に  
してこそ効果

タンスの骨組みの  
丈夫なところへ止める

つけかもい  
**付鴨居の補強**

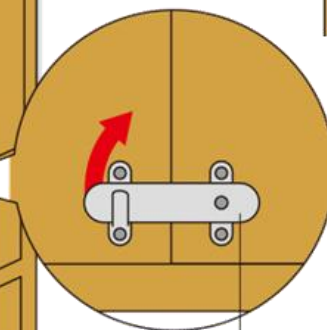
付鴨居は柱にしっかり固定  
されていないので、必ず  
金具で柱に止める

とめ金具

●固定方法

壁への固定はL型金具で。  
積み重ね家具は上下を連結

※ 効果のある  
固定をしよう！



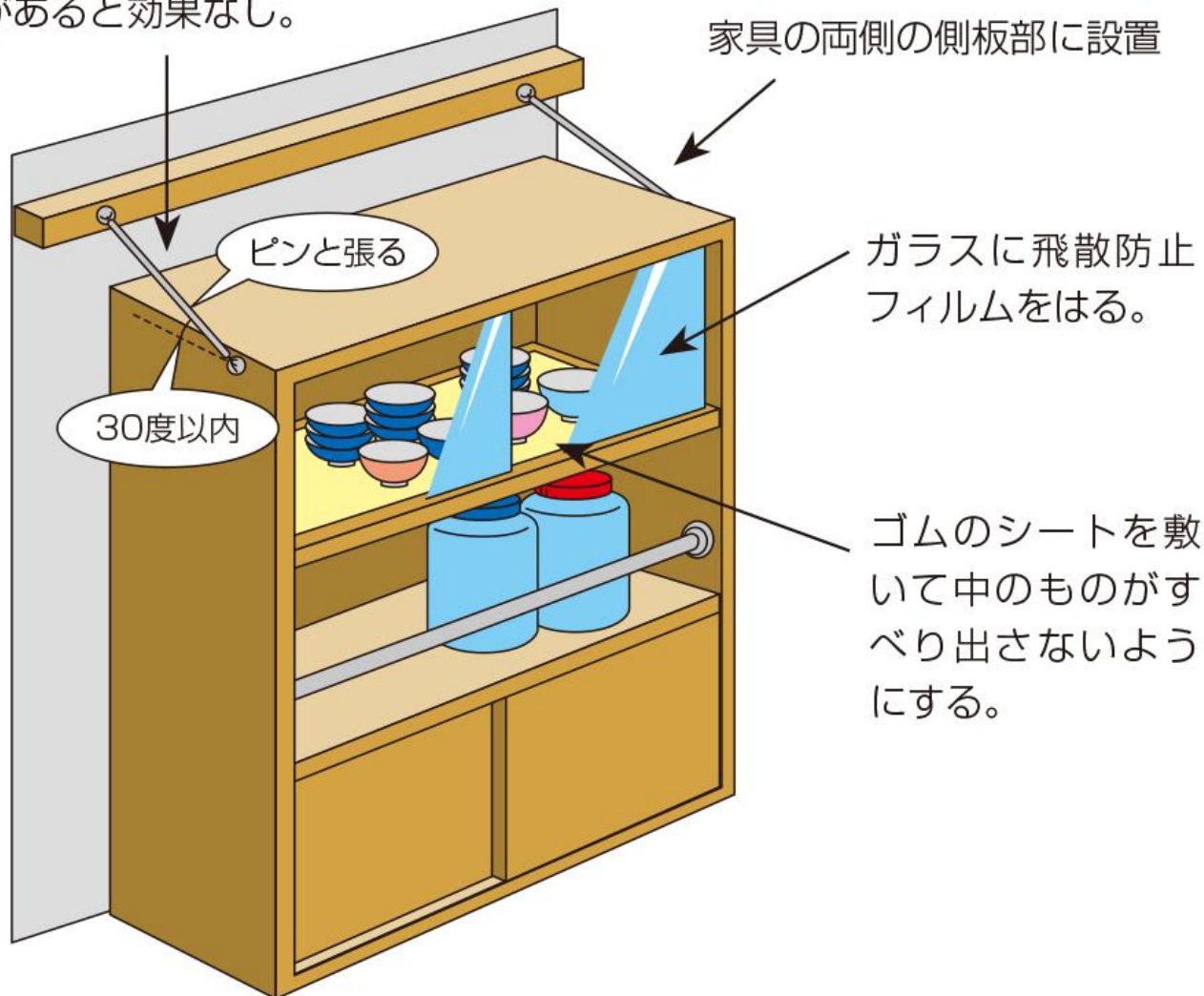
# 家具をしっかり固定しよう！

ベルト式

ゴムシート

ガラス飛散防止フィルム

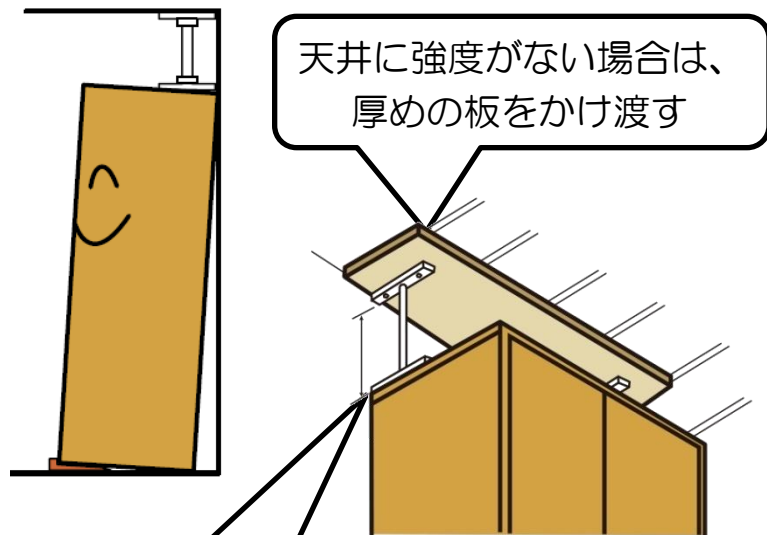
家具とくさりやベルトの角度は 30 度以内。  
たるみがあると効果なし。



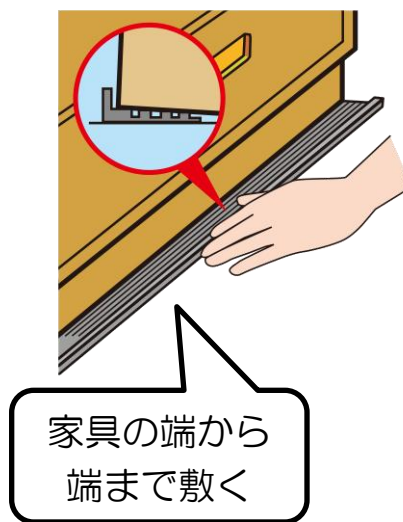
# 家具をしっかりと固定しよう！

家具、壁を傷付けたくない場合

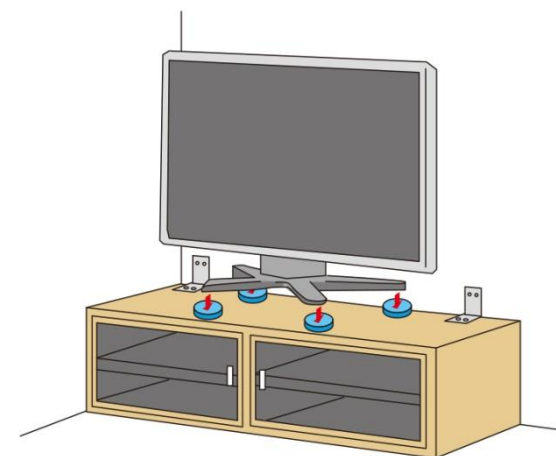
ポール式



ストッパー式



耐震粘着マット



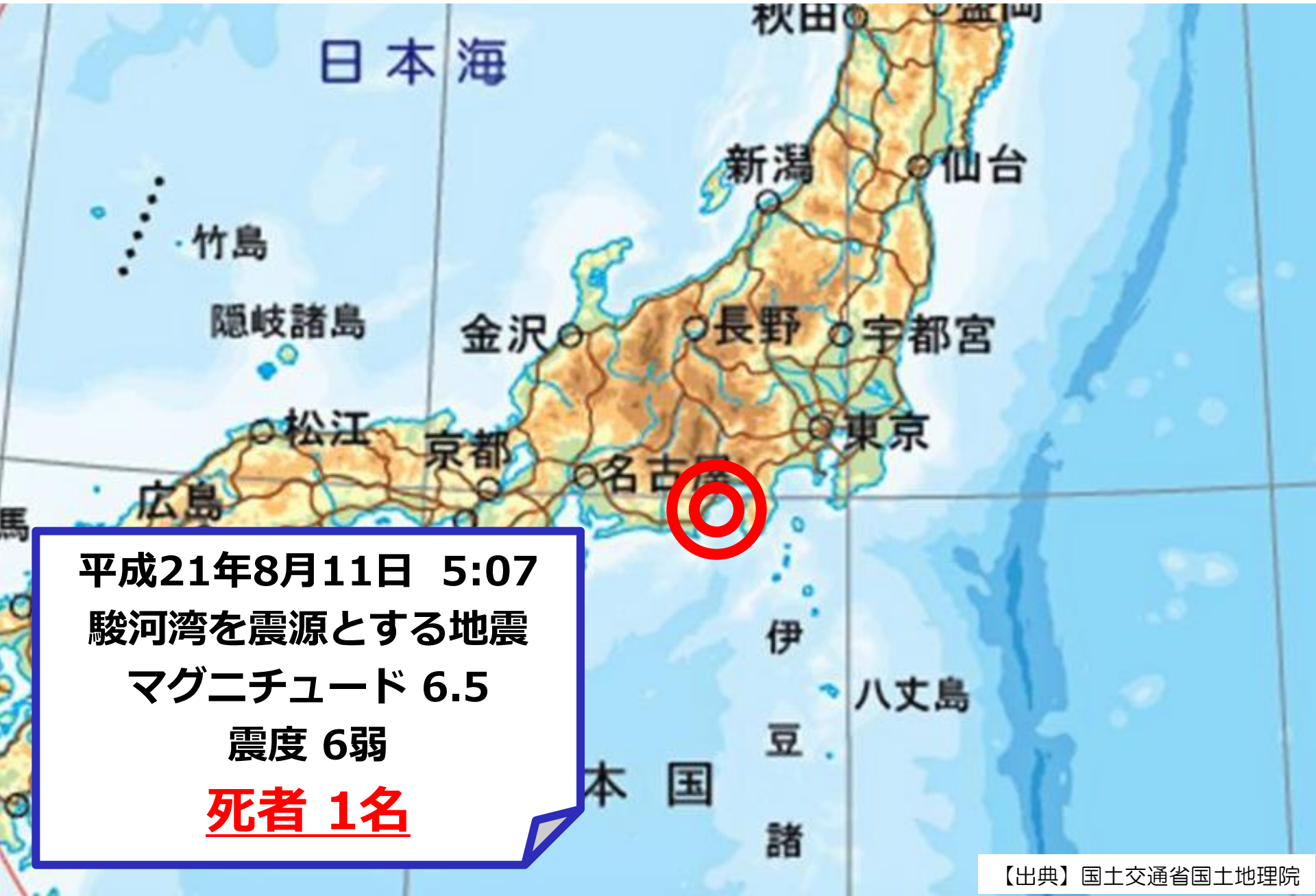
※ 粘着マットで固定する。

※ ポール式とストッパー式を併用し、家具の上下に対策をとる。

これなら  
簡単にできるね！



# H21 (2009).8.11 駿河湾を震源とする地震



平成21年8月11日 5:07  
駿河湾を震源とする地震  
マグニチュード 6.5  
震度 6弱  
**死者 1名**

# 震度6弱の揺れは、命の危険が伴う 大変な状況になるはずなのに…!?

震度	人間	家具	屋外	木造建物
6弱	立っていることが困難になる。	多くが移動し、倒れるものもある。	壁のタイル、窓ガラスが破損・落下することがある。	倒れるものもある。

**立つのも  
難しい**

**家具が  
倒れる**

**窓ガラス  
が割れる**

**建物が  
倒れる**

**どうして静岡県の被害は  
小さかったんだろう？**



# その秘密は . . .

静岡県に比べ、高知県の家具の固定率は30.0%（H25年度地震・津波に対する県民意識調査）と、まだまだ低いのじゃ。このままで大丈夫かのう。



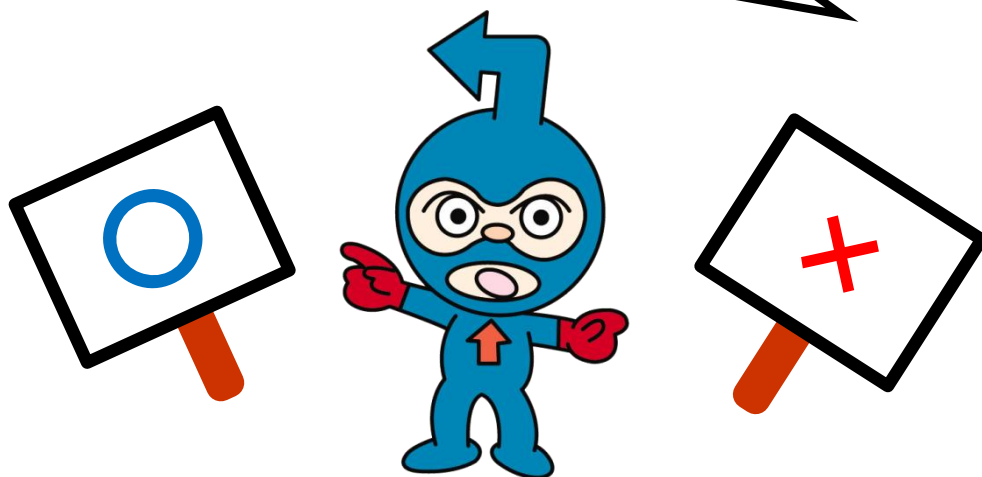
家具固定  
ガラス飛散防止  
が大事だぞー！

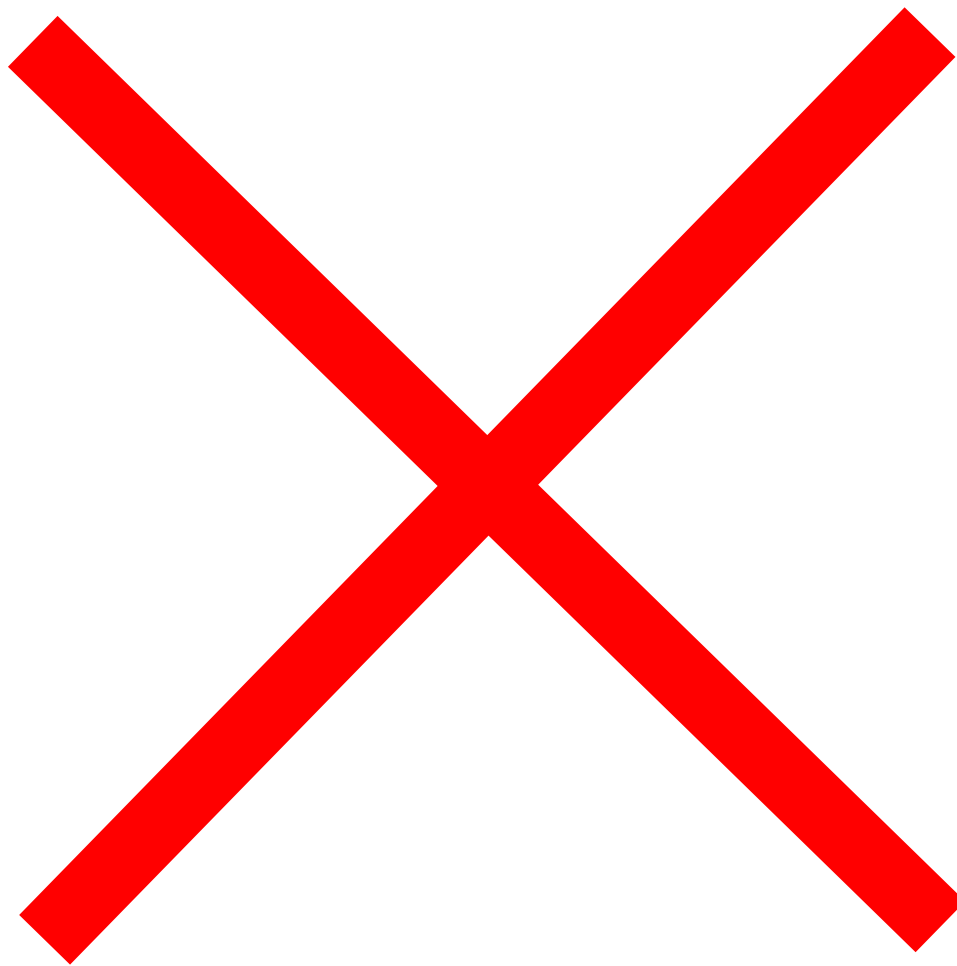




## 問題

万が一に備えて、非常持ち出し袋には飲み水をたくさん入れておく方がよい。





**非常持ち出し品**

と

**備蓄品**

# 非常持ち出し品

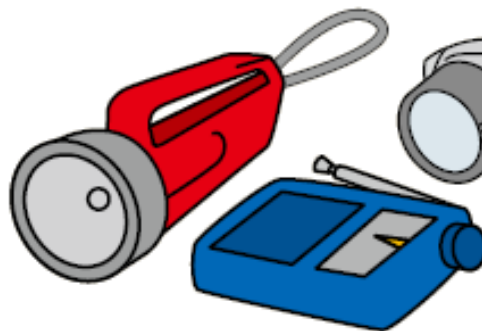
(避難する時に持ち出すもの)

●メガネ、補聴器、入れ歯、普段飲んでいる薬

●ヘルメット・防災頭巾、運動靴

●懐中電灯、携帯ラジオ、  
予備の電池

●現金 (小銭が重宝)、  
貴重品



※ できるだけ身軽に避難できるようにするため、持ち出し品は避難に必要な物品や貴重品に限りましょう。非常持ち出し品は袋に入れ、逃げ出す時の通り道、目につくところ、寝室の枕元などに置いておきましょう。

**すぐに持ち出せるように  
準備することが大事なのじゃ！**

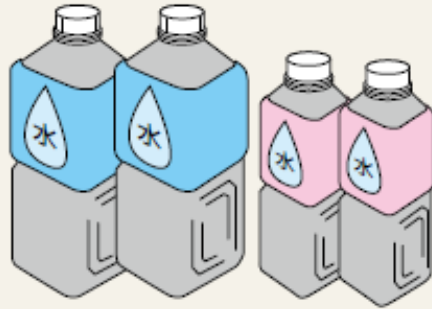


# 備蓄品

(避難生活に備えて家に蓄えておくもの)

## ●飲料水

1人1日3リットル分の水は飲料用に必要であると言われています。



## ●食料

- ・乾パンやクラッカー、缶詰  
(保存期間が長く、火を通さなくても食べられるもの)
- ・レトルト食品
- ・ナイフ、缶切り
- ・粉ミルク・ほ乳びん  
(赤ちゃんがいる場合)



## ●家庭の事情により必要なもの (例)

- ・高齢者や乳幼児が食べやすいやわらかい食べ物
- ・アレルギーの起こらない食べ物
- ・服用薬 (生活に医療器具が必要な方は、災害時に調達する方法を事前に把握しておく)
- ・ペット用品 (ペットフード、ケージ、トイレ用品)



**少なくとも3日分以上の蓄えが必要だぞー**  
**特に水は大事! 家庭の事情に合わせて**  
**準備をしておくんだぞー!!**

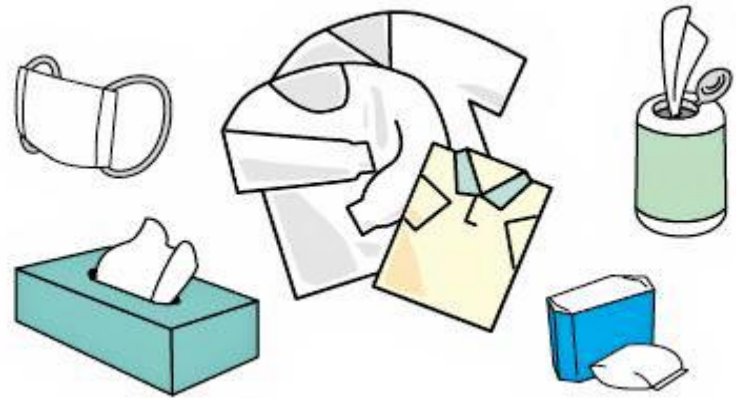


# 被災後の生活に役立つ品

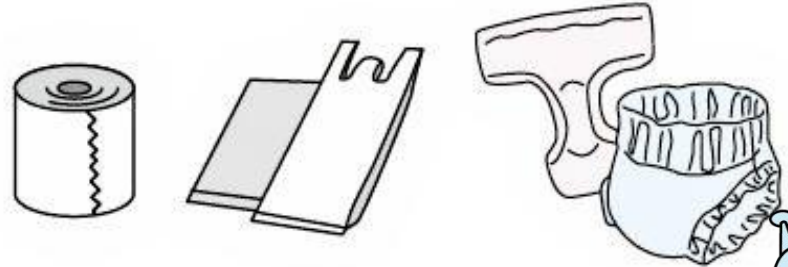
## ●生活用品



## ●衛生用品



## ●トイレ対策



日ごろから備えておけば安心だ!!



# 知っておこう！

## ～避難経路にある危険～



# どこが危険？

晴れた昼間は普通に見えても・・・





夜になると真っ暗に・・・道が見えない



通学路



これじゃ

避難できないよ～

# 夜間の避難訓練

四万十町立興津小学校の夜間避難訓練



夜の避難訓練を  
やってみることが  
大切なんじゃ!



真っ暗で思うように  
逃げられないよ~!



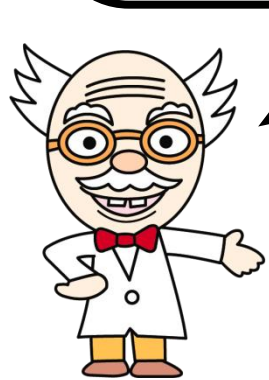
地震が起きると  
街灯も消えて  
しまうんだぞー!!



# 家族で集合場所も確認

家族が別々の場所にいるときに  
地震にあってしまうこともある！

**どこに集合するかを決めておくことじゃ！**



決めていないと、お互い探しに行って、  
会えないことがあるんだぞー！



高台の公園に  
集合だ！

来るまで  
待ってるわ！



# 家族防災会議をやってみよう!

非常持ち出し品は、  
この間みんなで確  
認したよね



避難経路も1つだけで  
なく、たくさん考えて  
おくといいね

みんなバラバラに逃げて、  
安全に移動できるよう  
になったら、ここに集まる  
んだよ



家にいる時はここへにげるのよ

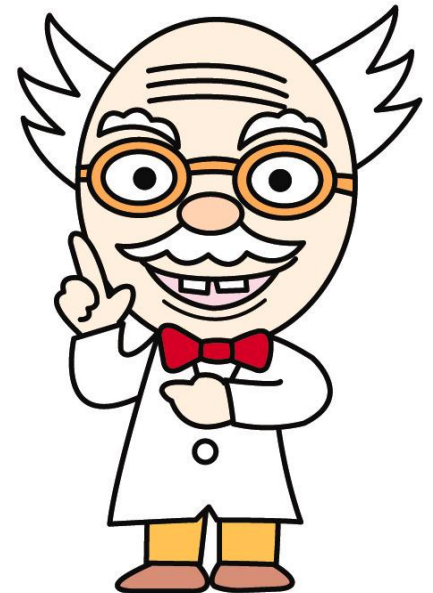
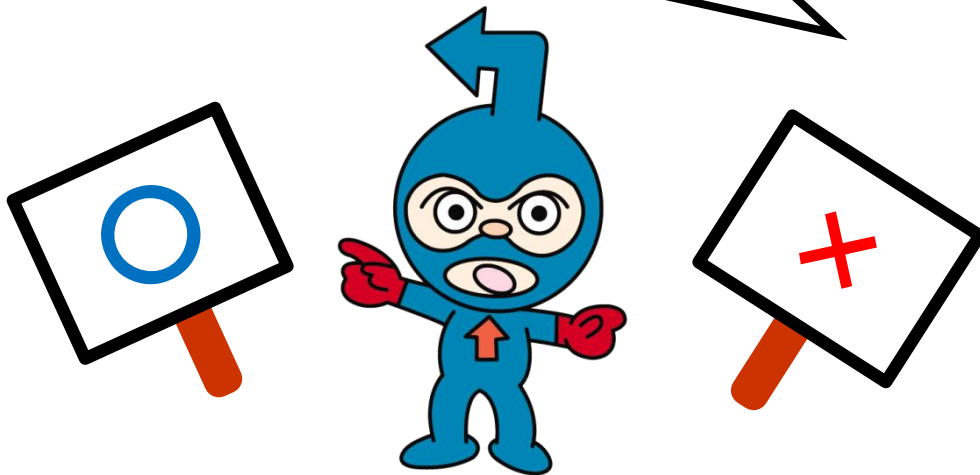


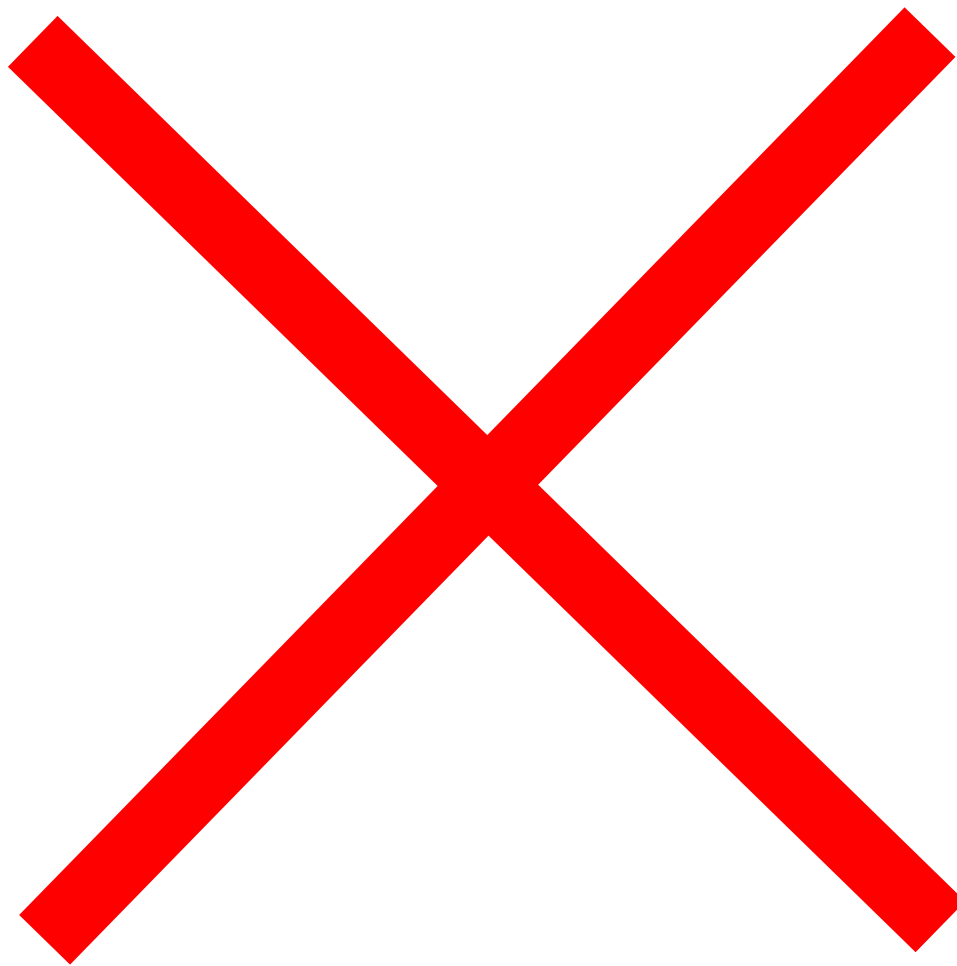
お父さん、家具の固定は  
ぼくも手伝うからね



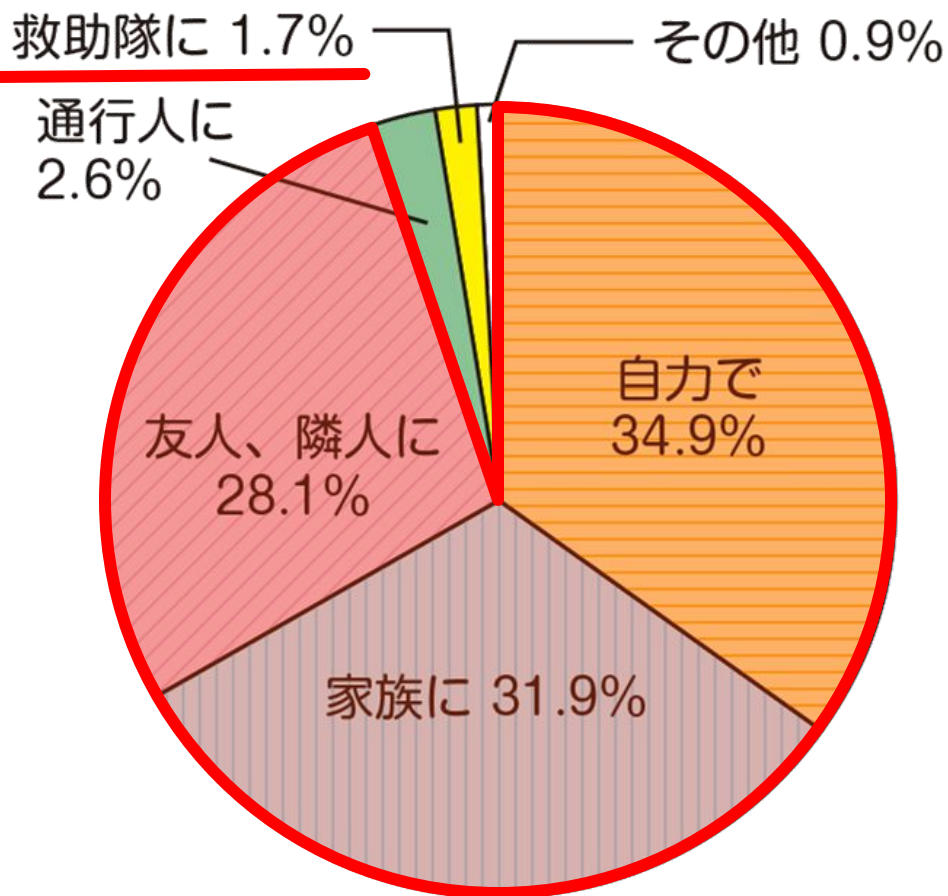
## 問題

地震が起きたとき、助かった人の多くが、自衛隊などの救助隊に助けてもらっている。





# 阪神・淡路大震災における救助・救護活動



生きのびた人の約95%が  
自力または、家族や近所の  
人に助けられています

日ごろからの備え、  
人とのつながりが  
大事なのじゃ！



【出典】兵庫県南部地震における火災に関する調査報告書  
(日本火災学会)

# 大事なのは地域で助け合うこと！



南海トラフ地震等大災害が起こると

- ①甚大な被害の発生
- ②行政機能の低下・麻痺



地域での対応を余儀なくされる

- ①地域が孤立する
- ②救助・救援がすぐには来ない



地域の住民による対策が必要  
自主防災組織の存在は不可欠

**自主防災組織**とは、「災害の時に自分たちの地域は、自分たちで守る！」ということをもととした組織



# 災害時要援護者への支援

津波避難訓練時



普段のお付き合いを通じて、自力での避難や避難の判断・情報収集が困難な人がいないか、状況を把握しておくのじゃ！（高齢者、障害者、傷病者、妊産婦、乳幼児、外国人など）

# 地域の防災活動に参加してみよう！



防災マップづくり

【提供】室戸市



避難誘導看板制作

【提供】須崎高校



救命救急法

【提供】佐川町



合同避難訓練

【提供】土佐清水市

地域を知って  
みんなで一緒に  
備えるのじゃ！



炊き出し訓練

【提供】須崎市